

## **Persönliche Ausrüstung**

Verpackt in Seesack oder Tragetasche (keine fester Koffer)

### **Kleidung:**

Normale bequeme sportliche Straßenkleidung

Anorak/ Windjacke

Pullover oder Fleece Jacke (falls es kalt wird)

Regenjacke mit Kapuze (zum überziehen, falls es regnet)

Regenfeste Hose (zum überziehen, falls es regnet)

Unterwäsche, Socken

Turnschuhe (mit heller Sohle)

Badesachen, Handtuch

Kopfbedeckung/Mütze (mit Festhalteband)

Sportschuhe (mit heller Sohle)

Badesachen

### **Utensilien:**

Sonnenbrille

Reservebrille

Brillenband

Sonnencreme

Schlafsack

Bettlaken

Kopfkissen

Taschenmesser

Segelhandschuhe oder Arbeitshandschuhe (OBI)

Taschenlampe

Plastiktüten

Geschirrhandtuch

Wäscheklammern

### **Sicherheitsausrüstung:**

Die Sicherheitsausrüstung wie Rettungsweste, Lifebelt, Ersatzpatronen etc. stellt der Vercharterer.